

健康講演会

人生楽しい100年時代の 骨と脳と心と身体づくり

脳筋連関とは

ねりま健育会病院 院長

さこう まさはる

酒向 正春 先生



2013年NHKプロフェッショナル～仕事の流儀～第200回に「希望のリハビリ、ともに闘い抜く リハビリ医・酒向正春」として特集される。2017年3月より医療法人社団健育会 ねりま健育会病院院長・ライフサポートねりま管理者を務める。

人生100年時代、自立した生き方ができる健康寿命を延ばすためには、筋肉、骨、脳が密接に関係していると言われています。

「筋肉革命95」の著者であり、長嶋茂雄氏の治療チームの担当医でもあった酒向正春院長から、身体と脳の健康を維持して運動や栄養・社会参加と言った健康的なライフスタイルを維持することが健康長寿を実現するための基盤となることを、具体的事例をまじえて楽しく、分かりやすく解説していただきます。

2月5日(木)

定員 **150** 名

<事前申し込み順>

入場料**500円**

時間：14時～16時（開場13時30分）

会場：ココネリホール（練馬駅北口徒歩1分・裏面地図参照）

申込み・問合せ

***裏面をご覧ください**

主催 NPO法人 成年後見のぞみ会

後援 練馬区 協力 練馬区社会福祉協議会

協賛 NPO法人 成年後見推進ネットこれから・NPO法人 楽膳倶楽部
練馬稲門会・明治大学校友会練馬区地域支部

講演会「人生楽しい100年時代の骨と脳と心と 身体づくり脳筋連関とは」 申込方法

◆以下のいずれかの方法でお申込みください◆
NPO法人 成年後見のぞみ会

① ☎ 電話

連絡先 080-5092-1089 (担当：吉浦)

② 💻 ホームページ

➡ (当会のHPからお申込みフォームへお進みください)

【HPアドレス】

<http://www.kouken-nozomi.org/>

📱 右のQRコードから直接アクセスできます



③ ✉ メール

【Eメールアドレス】 info@kouken-nozomi.org

1.氏名(ふりがな) 2.住所 3.電話番号 4.メールアドレス
＜必要事項1～4＞を入力の上、上記メールアドレス宛にご連絡ください。

✳会場：ココネリ（練馬区立区民・産業プラザ）3F
ココネリホール

〒176-0001 東京都練馬区練馬 1-17-1

